



癌症非“绝症”，远离认识误区

本报记者 冯金灿

热点

聚焦



今年2月4日是第24个世界癌症日，主题是“整合卫生资源，医疗人人共享”。

癌症是威胁人类健康的重要“杀手”。一直以来，因癌症往往给个人乃至家庭带来巨大的经济负担和身心压力，人们总是谈“癌”色变。其实，很多人对癌症的认识存在误区。癌症并非都是无法预防、不可逆转的。

那么，如何更好地防治癌症？又该如何防止癌症复发呢？

癌症防治要“三早”

2月4日，河南省人民医院肿瘤中心举办世界癌症日义诊及科普宣传系列公益活动，专家现场为群众义诊，并针对消化道肿瘤、黑色素瘤和乳腺癌等高发肿瘤的早筛筛查办法、预防及治疗等展开科普宣传。

据河南省人民医院肿瘤中心副主任医师卢创新介绍，世界卫生组织提出：三分之一的癌症完全可以预防；三分之一的癌症可

以通过早期发现得到根治；三分之一的癌症可以运用现有的医疗措施，帮助患者延长生命、减轻痛苦、改善生活质量。我们可以通过三级预防防治癌症，一级预防是病因预防，减少外界不良因素的伤害；二级预防是“三早”；三级预防是改善生活质量，延长生存时间。

“所谓‘三早’，即癌症的早发现、早诊断和早治疗。‘三早’非常重要，可直接影响治疗效果。例如乳腺癌，诊断时若是1期，治疗后患者5年生存率在90%以上；如果是2期，患者5年生存率便降至70%；如果是3期，患者5年生存率则为40%；如果是4期，患者5年生存率则为5%。其他癌症亦类似。”卢创新说。

对于癌症的治疗方法，卢创新说，除了手术、放疗、化疗三大手段外，还有靶向药物治疗、生物治疗、内分泌治疗、免疫治疗和中医药治疗，现在首推的是多学科会诊(MDT)后的综合治疗方法。

MDT助力癌症防治

在当天的公益活动中，河南省人民医院放疗科、肝胆外科、影像科、病理科等多学科专家为两位病情较疑难复杂的肿瘤患者进行了多学科会诊，并给出了综合治疗指导意见。

其中一位是69岁的胰腺占位患者，多学科专家会诊后建议患者补充相关免疫基因检测指标，治疗以化疗为基础，根据下一步基因检测结果看是否采取免疫和靶向治疗；另一位是胰腺占位的44岁患者，在当地医院被诊断为肝部错构瘤，多学科专家会诊后建议做上腹部增强CT明确胰腺肿块性质，肝部病变考虑以良性病变为主，建议查自身免疫性指标，排除自身免疫性胆管炎、药物性胆管炎。

据河南省人民医院肿瘤中心主任任顺东介绍，肿瘤综合治疗是根据患者身心状况，以及肿瘤具体位置、病理类型、侵犯范围(病期)和发展趋势，结合细胞分子生物学的改变，有计划地、合理地应用现有的多学科治疗手段，获取最佳治疗效果，同时最大限度改善患者的生活质量。和传统肿瘤治疗方法相比，这种方法可以缩短患者诊断和治疗等待时间，争取到治疗的最佳时机；避免

重复检查与治疗，大大降低了患者的诊疗费用；多学科专家全面了解病情，有助于高效找到个性化治疗方案；提高患者就诊体验和生存质量。

目前，河南省人民医院、郑州大学第一附属医院和河南省肿瘤医院等省内大医院大都采取MDT诊疗肿瘤患者，疗效明显。其中，作为国内首批MDT试点单位之一，河南省肿瘤医院近年来持续推行首诊MDT诊疗模式，目前已形成多个主要肿瘤病种首诊MDT常态化，有超过2.9万名患者首诊入组医院MDT多学科诊疗，患者整体治疗效果稳步提升，生存质量明显改善，平均住院天数逐步降低。

防止复发要避开这些“催化剂”

对癌症患者来说，癌症复发是笼罩在他们心中的阴霾。那么，应该如何防止癌症复发呢？

河南省肿瘤医院中西医结合科主任刘怀民介绍，避开以下几个癌症复发的“催化剂”是降低复发率的重要一步。

良好的情绪是防止癌症复发的重要因素，负面情绪会让患者的脾气变得暴躁，产生不好的念头。家属要多给患者一些关爱，多和患者沟通交流，注意患者的不良情绪，这样患者才能回归到

正常的生活中来。同时，癌症患者要避免疲劳。现代医学认为，当人们长期超负荷劳作，经常处于疲劳状态，体内T淋巴细胞等的数量就会减少，活性降低，进而诱发肿瘤，促使肿瘤复发或病情加重。良好的睡眠是人们身体得到充分休息的重要途径，对提高免疫力有非常大的帮助。因此，肿瘤患者还要养成良好的作息习惯，尽量远离失眠。

此外，肿瘤患者要尽量避免便秘。人体内的毒素可以通过排便的方式从体内排出，以减轻身体负担，提高免疫力。肿瘤患者接受化疗后，残留在体内的药物毒素更需要通过排便的方式排出。患者如果出现便秘的情况，久而久之就会导致毒素在体内堆积，成为癌症复发的源头。

此外，许多患者和家属都认为，大病初愈后需要通过进补大鱼大肉来补充营养。对此，河南省肿瘤医院中西医结合科医生李华认为，经常给肿瘤患者补充过量的营养，会使本来正在休息的癌细胞再一次活跃、发展，从而导致病情复发或加重。肿瘤患者还要远离烟酒。虽然提倡癌症患者在康复期以及稳定期进行锻炼，但是锻炼一定要适度，避免运动过量消耗大量的体力，导致患者过度疲劳，造成病情反复。

今年河南十大重点民生实事确定

七项与卫生健康工作相关

本报讯(记者常娟)2月6日，记者从河南省政府新闻办召开的“实事惠民生 聚力谋出彩”主题系列第一场新闻发布会上获悉，2023年河南十大重点民生实事确定，并已以省委办公厅、省政府办公厅名义印发实施，其中7项与卫生健康工作相关。

其中，第三项、第五项河南省卫生健康委是主要责任单位，第六项、第七项省卫生健康委是主要配合单位。

第三项是提升基层医疗卫生服务能力。河南提出，开展基层医疗卫生人才培训，全年共培训1250个家庭医生团队和15万名基层卫生技术人员；加强行政村卫生室基本运行经费补助，加大卫生健康知识普及力度，今年年底前实现所有行政村卫生室经费补助全覆盖。

第五项是提高妇女儿童健康保障水平。河南提出，今年对农村适龄妇女、纳入城市低保范围的适龄妇女免费开展一次宫颈癌、乳腺癌筛查，各完成筛查80万人；免费开展预防出生缺陷产前筛查和新生儿疾病筛查，对筛查出的高风险孕妇免费进行产前诊断。

第六项是开展青少年心理健康服务进村(社区)行动。河南提出，加强青少年心理健康服务，全年组织不少于3000场次的青少年心理健康服务进村(社区)活动，实现超1.5万人次青少年个案咨询，其中留守儿童、困境儿童等重点青少年群体个案咨询占比不少于40%。

第七项是实施残疾儿童康复救助。河南提出，对具有河南省户籍或居住证且符合条件的视力、听力、言语、肢体、智力等残疾儿童和孤独症儿童开展康复救助，全年救助不少于2.9万人。

此外，在第一项开展职业技能培训和评价取证、第八项完善农村基础设施建设、第十项加强惠民惠农财政补贴资金“一卡通”管理工作中，省卫生健康委是相关责任单位之一。

CAR-T细胞治疗 晚期卵巢癌获突破

本报讯(记者常娟 通讯员吴静 赵璇)2月6日，记者从郑州大学第一附属医院获悉，该院生物免疫治疗病区张毅团队利用国际前沿的CAR-T细胞治疗技术，成功救治一例复发难治的晚期卵巢癌患者。该患者经文献检索表明，该患者是国际上利用靶向 Mesothelin(一种表面抗原，通常于胸膜、腹膜和心包等身体

多发性肿瘤灶得到控制，且食欲、体力等一般情况得到明显改善，生活质量亦得到明显提高。目前，该患者无疾病进展生存期已超过3个月。据郑州大学第一附属医院生物免疫治疗病区工作人员介绍，CAR-T细胞治疗过去多用于治疗血液系统的恶性肿瘤，效果很好；而本次CAR-T细胞治疗的晚期卵巢癌则是实体瘤，其治疗成功为晚期卵巢癌患者带来了新希望。

今日导读

- 节日儿童意外伤害频发需警惕 2版
- 医师兼职办诊所注意事项 4版
- 中医辨证治疗骨科疾病 7版



请扫码关注 微信、微博

守护在村民身边的「红马甲」

本报记者 王平 通讯员 赵培恒 王超凡

2月5日，郑县李口乡寺杨村显得格外热闹，绚丽缤纷的彩灯把村庄装饰得既温馨又喜庆。此时，由当地卫生院组织的一支身穿“红马甲”的家庭医生签约服务团队，携带着医疗器械，走进村庄，为近300名老年人做健康体检，进行重点人群健康干预。

“俗话说，正月十五闹花灯。今天是正月十五元宵佳节，乡镇卫生院的负责人带领着医务人员和乡村医生，趁着过节来俺村里，为65岁以上的村民进行健康随访，让俺们医疗有保障，健康有底气！”寺杨村村民赵怀斗对家庭医生签约服务团队的到来竖起了拇指。

“寺杨村一共有390户村民共计1308人，65岁以上的村民有267人。因为村里老年人相对较多，尤其是患有基础性疾病的老年人，一遇到寒冷的天气，身体多少有些扛不住。非常时期，我们要把健康随访工作做扎实，尽可能不让老年人的身体状况出现大的问题。因此，我们卫生院按照县卫生健康委提出的‘践行使命、守护健康’的工作要求，在元宵节期间，组织家庭医生签约服务团队走进村庄，深入农户，对重点人群提供健康监测、健康干预、健康宣教等医疗服务，掌握他们的健康情况。”李口乡卫生院院长刘耕秀如是说。

在村口的活动现场，记者发现，寺杨村家家户户张灯结彩，村民三五成群聚在村口巷尾，个个笑得合不拢嘴。当镜头转向另一边，只见医务人员正在细心地为老年人测量血压、血氧饱和度，做体格检查，询问他们的健康状况，并耐心地为他们讲解健康知识、进行用药指导。

据郑县卫生健康委主任张利恒介绍，元宵节期间，该县文化、旅游、体育部门组织了丰富多彩的文体活动。为了扎实做好医疗保障服务，郑县卫生健康系统按照网格化分包原则，利用该县织就的县、乡、村三级急救救治医疗服务网，全覆盖、无缝隙对接辖区群众的健康需求，确保群众的身体健康和生命安全。同时，郑县人民医院充分发挥在县域医共体中的龙头作用，以急救中心的启动为起点，进一步加强急救中心队伍建设；通过科室共建等形式，投入资金、设备，帮助头镇、堂街镇、薛店镇、长桥镇、安良镇建设急救站，并建成“胸痛、卒中、创伤”急救单元；通过长期驻扎帮扶、坐诊带教，促使医疗资源下沉乡镇，并将急救哨点逐步拓展到村卫生室，全力打造县域15分钟“急救圈”；定期开展线上线下培训，提高乡、村两级医务人员识别并初步处理急危重症患者的能力，为全县群众打造一条急救救治的“绿色通道”。

情暖元宵节



图①:2月5日上午，在郑州东济堂中医馆，一位妈妈带着宝宝正在参加猜灯谜活动。据悉，东济堂中医馆将中医药知识融入灯谜当中，现场还组织了编钟古乐、赏花灯、吃元宵、春季养生讲座等丰富多彩的活动，将二十四节气和中国传统节日同中医药文化相结合，通过活动向群众普及中医药知识和文化。

许冬冬/摄

图②:2月3日下午，一场医患同乐猜灯谜活动在灵宝市第一人民医院开展。医务人员早早地在走廊搭起了“灯谜墙”，并精心为大家准备了小礼品，有按摩锤、针线盒、灯笼、喷壶、洗脸盆等，现场一片欢声笑语。随后医务人员带着煮好的汤圆，为病区的患者、家属送去节日的问候和关怀。

刘岩 张丽/摄

图③:2月3日下午，荣阳市妇幼保健院举办了主题为“瑞兔迎新春·欢乐闹元宵”的元宵节活动。该院精心策划，购置活动礼品，组织排练节目，协调各部门配合，并带动住院患者和陪护家属也参与到活动中来。

李志刚 吴玲/摄

新春走基层